

その腰痛、病気が原因かもしれません

— 早めに受診したほうがよいサイン —

こんな腰痛は要注意！ 受診を考えるべきチェックポイント

1つでも当てはまれば、医療機関への相談を検討しましょう。



✓ 安静にしても
腰が痛む



✓ 夜中や明け方に
痛みで目が覚める



✓ お尻から足に
かけて強い痛み
やしびれがある



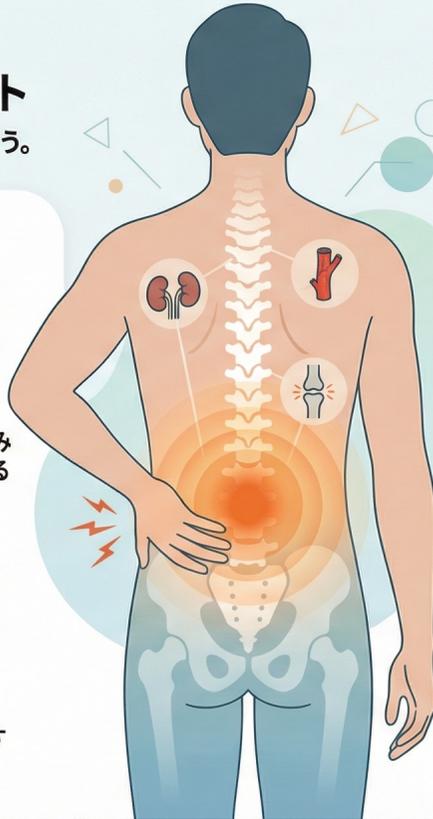
✓ 原因不明の
熱が続いている



✓ がんの
治療歴がある

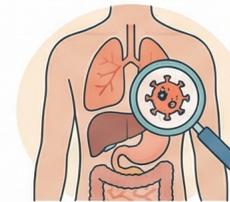


✓ 薬を使っても
強い痛みが
すぐにぶり返す



なぜ注意が必要？ 職場でできることは？

腰以外(内臓・血管など)に
原因が隠れていることがあります。



感染症や骨の異常など、
早期発見が重要になる病気の
可能性があります。

職場でできること：
「念のため受診」を後押する。



自己判断せず、チェックリストを
一緒に確認し、受診しやすい
雰囲気をつくりましょう。

“ 「様子見」ではなく
「受診」を勧めましょう。
早期の受診が、本人と職場の安心につながります。 ”

NotebookLM

* 参考文献

厚生労働科学研究費補助金（慢性の痛み政策研究事業／山田 [恵] 班）

出典：

松平 浩. 職場における新たな腰痛対策Q&A50.

公益財団法人産業医学振興財団. 2023.

を基に研究班で要約・作成

(初稿作成支援：NotebookLM)



Pain & Workflow
ReDesign